



**SERLÍDER**

CENTRO INTEGRAL FORMATIVO



---

Clase **N<sup>o</sup>25<sup>o</sup>** del programa **MASTER en PNL**,  
un espacio de creación de posibilidades y logro  
de resultados!

---



**¡BIENVENIDO  
S A LA  
SEGUNDA  
PARTE AÑO!**



**CHECK IN**  
**¿Cómo llegan?**

**¿Estás aquí para tu clase de PNL?**

Te invito a que, antes de comenzar, tomes un momento para registrar cómo estás llegando hoy...

Ahora sí, te invito a encontrar tu lugar de comodidad y conexión....



- **Estado Interruptor para nuestra conexión interna y externa**

- Te invito a detenerte un instante... conscientemente, para iniciar con sentido.
- Cerrá los ojos si lo sentís... o simplemente mirá hacia abajo.
- Respirá profundo...
- Y acompañá con algunas respiraciones más...dejando que cada inhalación y exhalación te acomoden en este espacio, para permitirte paso a paso habitar el aquí y ahora...



- **Preguntate internamente:**
- **¿Qué elijo para mí en este momento?**
- Permite que las respuestas surjan a su tiempo, sin prisa...
- Puede aparecer **una palabra, un sonido o un sentir ...**
- Y cuando lo percibas, regresa suavemente a la clase, con esta nueva conexión interna y externa.



# ¡De la práctica a la clase!

- Llevamos esta conexión hacia el aprendizaje...
- Porque aquello que conectás contigo mismo/a impacta en cómo aprendés y aplicás PNL.”



## Rueda de Compartires:

- ¿Cómo Estás Ahora, luego de la practica...?
- ¿Qué respuestas surgieron...?
- Escuchamos con atención y respeto, sin juicios, solo presencia.



**Desafío Práctico:  
Check-in de 5  
Minutos a Cargo de  
los Masters**



**Feedback**



## TAREA DE APRENDIZAJE SEMANAL

### Reflexión:

¿Cómo te fue con la tarea?

¿Cuáles fueron tus descubrimientos más significativos?

¿Qué cambios o insights aparecen al practicar o al preparar tus próximas presentaciones?

**Y reuniendo todo lo explorado...¿Qué estás descubriendo de vos mismo/a?**



PUESTA EN  
COMÚN



**Hoy:**  
**¡CREENCIAS Parte II**  
**Práctica!**





# Creencias

El viaje de creer en uno mismo...

**Dinámica de  
Exploración:  
Tetralema de las  
Verdades Múltiples**

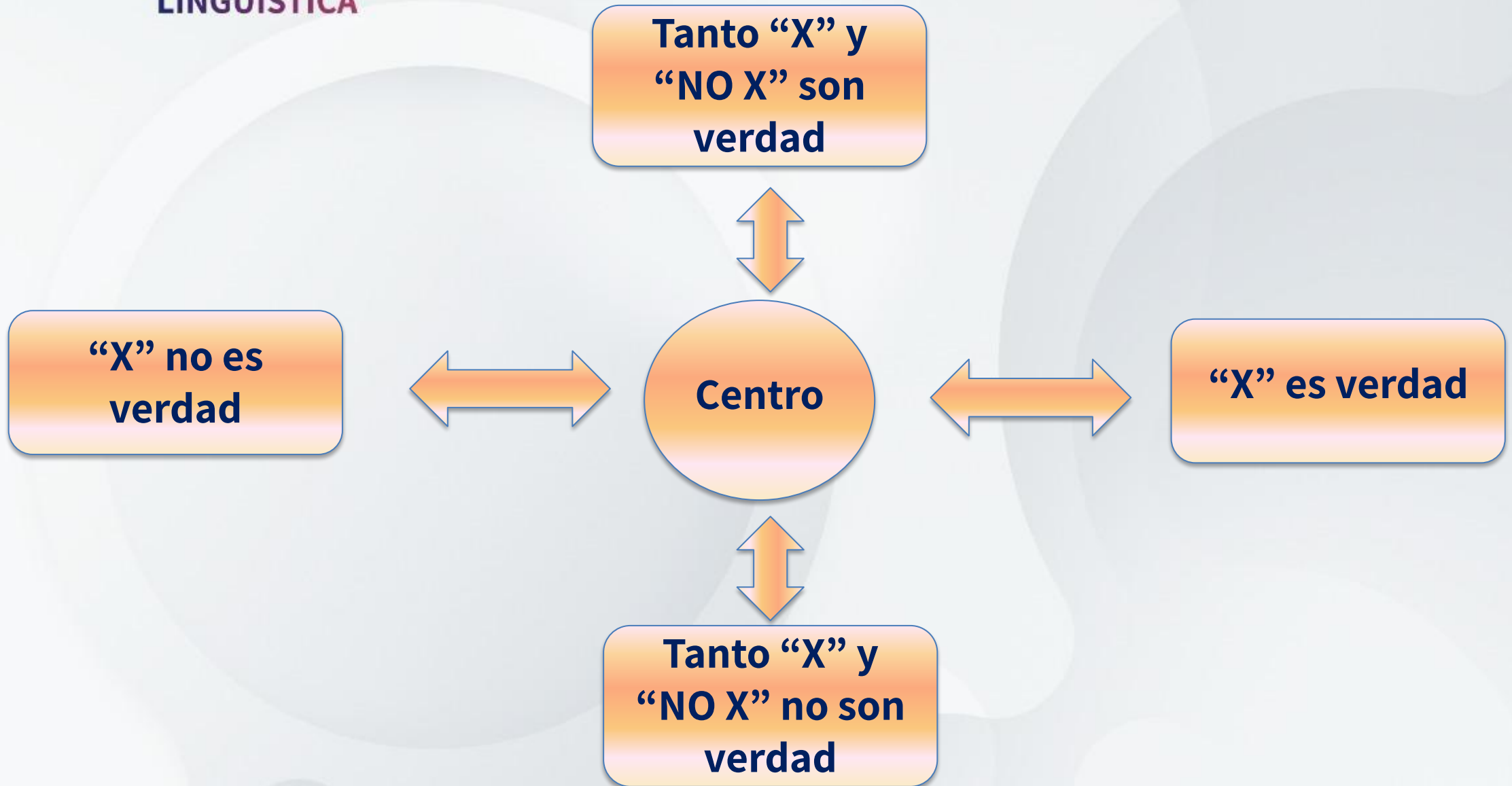


# Objetivo

- Explorar creencias limitantes y abrir nuevas perspectivas a través del movimiento y la experimentación corporal.



1. Identificar una verdad o creencia que limita
2. Trazar un círculo y marcar 4 direcciones.
3. Entrar en el círculo para abrirse por tiempos, a las 4 direcciones.
4. Paso a la derecha, conectar con la verdad: X es verdad
5. Paso hacia atrás, hacia el centro: soltarse y abrirse
6. Paso a la izquierda, conectar con la verdad: X no es verdad
7. Paso hacia atrás, hacia el centro: soltarse y abrirse
8. Paso hacia adelante, conectar con la verdad: tanto X y NO X son verdad
9. Paso hacia atrás, hacia el centro: soltarse y abrirse
10. Paso hacia atrás, conectar con la verdad: tanto X como NO X no son verdad
11. Integrarse, sintiendo "el centro de los centros"
12. Paseo al futuro: Visualizar cómo se puede aplicar esta nueva perspectiva en la vida cotidiana.



PUESTA EN  
COMÚN





BREAK



La magia de la PNL consiste en que te permite modificar tus creencias y adoptar otras que apoyen la forma de ser que quieres. No necesitas arrastrar contigo creencias obsoletas o destructivas. Puedes crear y adoptar aquellas creencias que te aporten fortaleza y poder personal.”—Sue Knight

Dinámica:  
**Instalar una Nueva  
Creencia con  
Submodalidades**





- Se reúnen A, B y C
- A: Facilitador
- B: Consultante
- C: Observador
- A chequea y crea las condiciones necesarias para facilitar a B (Rapport)



1. A Facilita a B para que identifique cuál es su Estado deseado y la nueva creencia que desea tener para el logro de ese ED.
2. A se asegura que la nueva creencia de B satisfaga las siguientes condiciones:

Expresada en forma positiva:

¿Qué es lo que deseas de esta nueva creencia?

¿Cuál es específicamente la Creencia Facilitadora que deseas instalar?

¿Qué tendrá de positivo esta nueva creencia para vos y  
para tu vida?

La creencia que deseas adquirir...  
¿Puede ser instalada y mantenida por Vos?

Que se pueda comprobar en experiencias sensoriales:  
¿Qué verás, escucharás y sentirás cuando tengas esta nueva  
creencia?

Qué esté contextualizada y ecológicamente expresada:  
¿De qué manera te beneficiará esta nueva creencia?  
¿Es ecológica para vos y tu sistema?

3. A le pide a B que haga una imagen (una representación metafórica: esfera, estrella, árbol, etc.) de la nueva creencia y la describa con submodalidades y luego que cree una imagen (una representación metafórica: planeta, lámpara, corazón) de una creencia positiva que ya tiene, y la describa con submodalidades.

B compara ambas imágenes y registra las diferencias en términos de submodalidades que hay entre ellas.

4. A le pide a B que traslade las submodalidades de la creencia positiva que ya tenía hacia la representación de la nueva creencia que quiere instalar.

5. A le pide a B que mire la imagen de la nueva creencia y que abra y cierre los ojos cinco veces seguidas.

6. Paseo al futuro: A le pide a B que piense en una situación para la cual necesita la nueva creencia que instaló.
7. A chequea con B su estado interno.
8. Rotar roles.

Dividirse para realizar la práctica de esta dinámica.

PUESTA EN  
COMÚN





**Reflexiones**

¿Qué cosas nuevas estás aprendiendo sobre las creencias en el Master?

¿Qué estás descubriendo de vos mismo/a, a través de cada dinámica de cada una de las dinámicas, en los roles de facilitador, consultante y observador?

PUESTA EN  
COMÚN





**Sorteo para  
el próximo  
Check-in**

# TAREA DE APRENDIZAJE SEMANAL



## **Durante los próximos días:**

Completá la práctica de las dinámicas vistas en clase y compartí en el chat del equipo las curiosidades significativas que vayas descubriendo al experimentar los distintos roles.

En la próxima clase, iniciaremos con el desafío del check-in de 5 minutos diseñado por ustedes, y luego continuaremos con sus compartires, descubrimientos y dudas.

**¡Así seguimos aprendiendo juntos!**

✨ **¡A seguir disfrutando el proceso!**

✨ **Nos vemos pronto.**



A close-up photograph of a person's hands holding a bright blue ceramic coffee cup. The cup is filled with a latte, featuring a heart-shaped latte art design on the surface. The background is dark and out of focus, with a soft light source from the right creating a gradient across the scene.

# CHECK OUT

- ¿Qué te estás llevando del encuentro de hoy?